

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang

Setiap manusia senantiasa akan diberikan ujian oleh Allah SWT. adapun bentuk-bentuk ujian dari Allah itu bermacam-macam, diantaranya ada ujian berupa harta, seperti jatuh miskin, rumah terbakar, usaha tidak maju – maju, kemudian ada pula yang diuji dengan kekayaan yaitu harta melimpah. Selanjutnya ujian dari Allah juga dapat berupa jabatan, seperti diangkat menjadi hakim apakah ia mampu adil atau tidak. Ujian berupa kesehatan, ujian berupa kesehatan bisa berupa sakit seperti terkena kanker, penyakit vitiligo, tumor dll, atau bahkan diuji dengan diberi sehat.

Allah berfirman dalam Q.S. Al anbiya ayat 35 yang dalam tafsir Al-Quran dari Depag (1997/1998) dijelaskan bahwa cobaan yang ditimpakan Allah kepada manusia tidak hanya berupa hal-hal yang buruk atau yang tidak disukai, namun juga ujian yang Allah berikan pada manusia dapat berupa hal-hal kebaikan atau keberuntungan. Apabila ujian atau cobaan tersebut berupa musibah maka tujuannya adalah untuk menguji sikap dan keimanan manusia, apakah ia dapat bersabar dan bertawakal ketika menerima cobaan tersebut. Adapun apabila Allah menguji manusia berupa kebaikan atau keburukan, itupun tidak lain untuk menguji apakah ia mau bersyukur atas segala ramat yang telah dilimpahkan Allah SWT. pada dirinya.

Kemudian dalam surat Q.S. Ali imran ayat 186 yang dalam tafsir al-misbah dijelaskan oleh Quraish shihab (2002) bahwa semua orang akan di uji oleh Allah SWT. Baik berupa ujian harta ataupun ujian diri kamu, adapun ujian harta baik berupa kekurangan harta, kehilangan, atau dalam bentuk kewajiban berzakat dan bersedekah. Adapun ujian berupa diri kamu, yaitu baik dengan luka dan pedih akibat penganiayaan musuh, ataupun penyakit.

Allah menguji manusia dengan berbagai ujian dan setiap makhluknya menyikapi kesulitan hidup dengan menggunakan bermacam pilihan, ada yang negatif, yaitu menjadi individu yang pesimis, putus asa hingga bunuh diri. Namun ada juga individu yang berusaha sekuat tenaga untuk dapat bangkit kembali dan menghadapi kesulitan hidupnya dengan sikap yang positif (Sanni, 2009).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kehidupan seseorang ialah perubahan pada kesehatan. Kesehatan menjadi hal yang sangat penting dalam kehidupan karena jika kesehatan sudah terganggu, seringkali dalam beraktivitaspun menjadi terganggu, sehingga apa yang kita kerjakan menjadi tidak optimal dan kurang produktif.

Kemudian kesehatanpun meliputi fisik dan mental, yang keduanya memiliki keterkaitan, seperti ketika kesehatan fisik terganggu, maka hal tersebut dapat mempengaruhi kesehatan mental misalnya jika seseorang terserang salah satu penyakit yang menimbulkan kekhawatiran akan penyakitnya dan sebagainya yang dapat mengakibatkan stress. Selain itu jika kesehatan mentalnya terganggu seperti stress, hal tersebut dapat mempengaruhi kesehatan fisik juga, dimana dengan stress kondisi kesehatan seseorangpun dapat menurun.

Salah satu penyakit yang sangat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental adalah penyakit vitiligo. Vitiligo berdasarkan *National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases* (2011), adalah penyakit kulit yang ditandai dengan adanya makula putih yang dapat meluas di beberapa bagian tubuh. Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa vitiligo merupakan salah satu penyakit kulit yang dihubungkan dengan faktor psikologis penderitanya. Menurut Halder (dalam Hananti & Budiyo, 2011) Vitiligo mempengaruhi kesehatan individu secara keseluruhan dan berhubungan langsung dengan kualitas hidup terutama yang berhubungan dengan perasaan, emosi, hubungan sosial dan

pekerjaan. Bahkan menurut Vuk (Anonim, 2013) menjelaskan bahwa meskipun vitiligo tidak membahayakan dan tidak menular namun penyakit ini menimbulkan efek psikologis bagi penderitanya, seperti merasa kurang percaya diri, menarik diri dari pergaulan, bahkan dapat mendorong tindakan bunuh diri.

Bagi seorang remaja, apalagi remaja wanita cenderung untuk memperhatikan penampilan fisik (Mappiare, 1982). Remaja bisa menjadi sangat sadar akan setiap bercak di wajah ataupun peningkatan berat badan. Masa remaja juga disebut sebagai masa goncangan yang ditandai dengan konflik dan suasana hati (Santrok, 2007). Pada masa remaja, terjadi perubahan fisik yang besar, perubahan tersebut akan mempengaruhi penampilan fisik , yang tentu akan berpengaruh pada konsep diri dan pada akhirnya akan berpengaruh pada citra tubuh yang dimiliki (Anonim, Perbedaan kepuasan citra tubuh remaja putri yang berprestasi sebagai model dan yang tidak berprofesi sebagai model). Perubahan yang terjadi juga dapat menimbulkan rasa ketidak puasan bila perubahan tidak sesuai dengan standar ideal yang berlaku, apalagi pada masa remaja juga diujani dengan citra tubuh ideal, baik melalui tayangan televisi, budaya, atau bahkan keluarga. Perubahan-perubahan fisik yang dialami oleh remaja wanita dapat menghasilkan suatu persepsi yang berubah-ubah dalam citra raganya dan secara khas menunjukkan kearah penolakan terhadap *physical self*.

Remaja yang sangat peduli tentang penampilannya bisa merasa hancur karena menderita vitiligo, beberapa orang yang menderita vitiligo merasa malu, depresi, atau khawatir tentang bagaimana orang lain akan bereaksi (Anonim, Vitiligo Psikologi). Sejalan dengan pendapat tersebut, seorang model wanita asal amerika menjadi frustrasi akibat menderita vitiligo, ia tidak percaya diri untuk keluar rumah tanpa memakai bedak, bahkan ketika ia sedang berolahraga sekalipun ia selalu menutupi wajahnya yang terkena vitiligo dengan menggunakan bedak yang tebal (Nugroho, 2016). Namun disisi lain, ada

pula penderita vitiligo yang bersyukur diberi penyakit tersebut, hal itu dituturkan oleh subjek penelitian pada saat diwawancara, ia merasa bersyukur menderita vitiligo, walaupun pada awalnya ia pun merasa malu, marah dan sedih namun kini ia merasa sebagai orang yang disayang oleh Allah, lewat penyakitnya ia merasa disadarkan akan pentingnya menjauhi dosa mengumbar aurat. Subjek merupakan seorang remaja yang berasal dari keluarga yang notabenenya memiliki latar belakang *icon* kecantikan, namun ia tidak merasa malu lagi ataupun khawatir ketika vitiligonya terlihat oleh orang lain, ia beranggapan bahwa perbedaan fisik antara satu orang dan yang lainnya adalah wajar, termasuk perbedaan fisik yang ia miliki. Akan tetapi, subjek mengaku sering merasa terganggu jika ada orang yang bertanya mengenai penyakit vitiligonya didepan banyak orang, karena hal tersebut membuat ia merasa malu dan merasa bahwa orang-orang menganggap penyakitnya berbahaya.

Menurut Nurul (2016) Penyakit vitiligo ini erat kaitannya dengan emosi dan stres, bahkan salah satu faktor pencetus dari vitiligo adalah stres. Stres (Hawari D, 2013) merupakan respon individu terhadap perubahan-perubahan dan kejadian-kejadian yang mengancam dan mengganggu kemampuan individu tersebut untuk menghadapinya. Stres merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari. Stresor memiliki pengaruh besar pada suasana hati, rasa kesejahteraan, perilaku, dan kesehatan kita. Respons stres akut pada orang muda, orang sehat mungkin adaptif dan biasanya tidak begitu mengganggu kesehatan. Namun, jika ancamannya terjadi secara terus menerus, terutama pada orang tua atau orang yang tidak sehat, efek jangka panjang dari stresor dapat merusak kesehatan. ([Schneiderman](#) & all, 2008)

Dengan munculnya vitiligo bisa membuat seseorang menjadi lebih stress, dan membuat penyakit ini menjadi berkembang lebih pesat, seperti yang terjadi pada penderita vitiligo yang telah diwawancarai, ia memaparkan bahwa penyakit vitiligonya

itu bisa menjadi membesar atau bertambah jika dirinya sedang stres, sehingga untuk mengurangi stres akibat perubahan tersebut dibutuhkan strategi coping.

Selain strategi coping, penderita vitiligo ini juga membutuhkan kemampuan resiliensi, yaitu kemampuan seseorang untuk bertahan dan beradaptasi terhadap peristiwa yang berat atau masalah yang terjadi didalam kehidupannya. Resiliensi berkembang ketika seseorang dihadapkan pada keadaan yang menimbulkan stress dan melakukan coping stress terhadap keadaan tersebut. Individu yang memiliki kemampuan dalam strategi coping dan menyesuaikan diri dalam keadaan yang sulit cenderung akan terhindar dari masalah yang menyulitkan di masa yang akan datang, resiliensipun merupakan hal yang penting dalam perkembangan *well-being* pada remaja, karena remaja yang memiliki kemampuan resiliensi cenderung akan mampu melewati keadaan yang sulit (Clause, E. 2008). Hal tersebut sejalan dengan penelitian Lena (2015) resiliensi memiliki peran yang besar terhadap dimensi-dimensi *psychological well-being*, sehingga orang yang resiliens dapat bertahan dalam situasi yang sulit dan tidak putus asa.

Menurut Desmita (2015) “kehidupan manusia senantiasa diwarnai oleh *adversity* (kondisi yang tidak menyenangkan), *adversity* ini menantang kemampuan manusia untuk mengatasinya, untuk belajar darinya, dan bahkan untuk berubah karenanya” (hal. 228). Individu yang memiliki resiliensi yang baik memahami bahwa setiap ujian yang berat dari Allah, kesalahan yang diperbuat bukanlah merupakan akhir dari segalanya. Resiliensi merupakan kemampuan yang sangat penting untuk dimiliki oleh setiap individu, karena di saat individu dihadapkan dengan kesulitan yang tidak dapat dihindari, maka individu yang memiliki resiliensi yang baik akan mampu mengontrol diri dan mengelola stress dengan baik dan mengatasi permasalahan tersebut dengan menggunakan caranya sendiri.

Menurut Connor dan Davidson (2003) Individu resilien akan mempunyai kemampuan beradaptasi ketika menghadapi kesulitan dan meminimalkan efek negatif timbul dari kesulitan seperti stres, depresi dan kecemasan. Kemampuan tersebut didukung dengan memiliki rasa percaya diri, menerima perubahan secara positif, kontrol diri, mempunyai keuletan serta pengaruh spiritual. Resiliensi pun (Grotberg, 1995) dapat mencegah dan meminimalkan efek negative dari kesulitan hidupnya dan memperkuat ketahanan mentalnya. Menurut Grotberg (dalam Desmita, 2015) kualitas resiliensi pada setiap orang tidaklah sama, hal tersebut dikarenakan kualitas resiliensi pada seseorang sangat dipengaruhi oleh tingkat usia, taraf perkembangan, pengalamannya dalam menghadapi situasi yang sulit, serta dukungan social yang ia terima. Dengan adanya kasus remaja yang mengalami vitiligo tampaknya menarik untuk diteliti lebih jauh bagaimana gambaran resiliensi pada remaja penderita vitiligo, dinamika resiliensinya untuk bangkit dari kesulitan, dan faktor apa yang berpengaruh terhadap terbentuknya resiliensi pada remaja penderita vitiligo.

Perumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran resiliensi pada remaja perempuan penderita vitiligo?

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih dalam mengenai resiliensi pada remaja perempuan penderita vitiligo.

Manfaat Penelitian

Manfaat teoretis. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat baik kepada penulis maupun pembaca, dan hasil dari penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat bagi pengembangan bidang psikologi pada umumnya. Secara

teoretis hasil penelitian akan menambah khasanah kepustakaan terkait tema Psikologi Positif khususnya resiliensi yang kini sedang banyak dikaji. Diharapkan hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi tambahan bagi peneliti-peneliti berikutnya yang ingin menggali lebih dalam tentang tema resiliensi pada penderita vitiligo.

Manfaat praktis. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan dan pengalaman bagi peneliti. Kemudian, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberi masukan baik bagi penderita vitiligo maupun pihak-pihak lainnya khususnya yang terkait dalam penanganan psikologis penderita vitiligo untuk membantu penderita vitiligo mengenali gambaran resiliensi yang dimilikinya serta mengambil langkah-langkah yang diperlukan sehubungan pengembangan resiliensi.

